

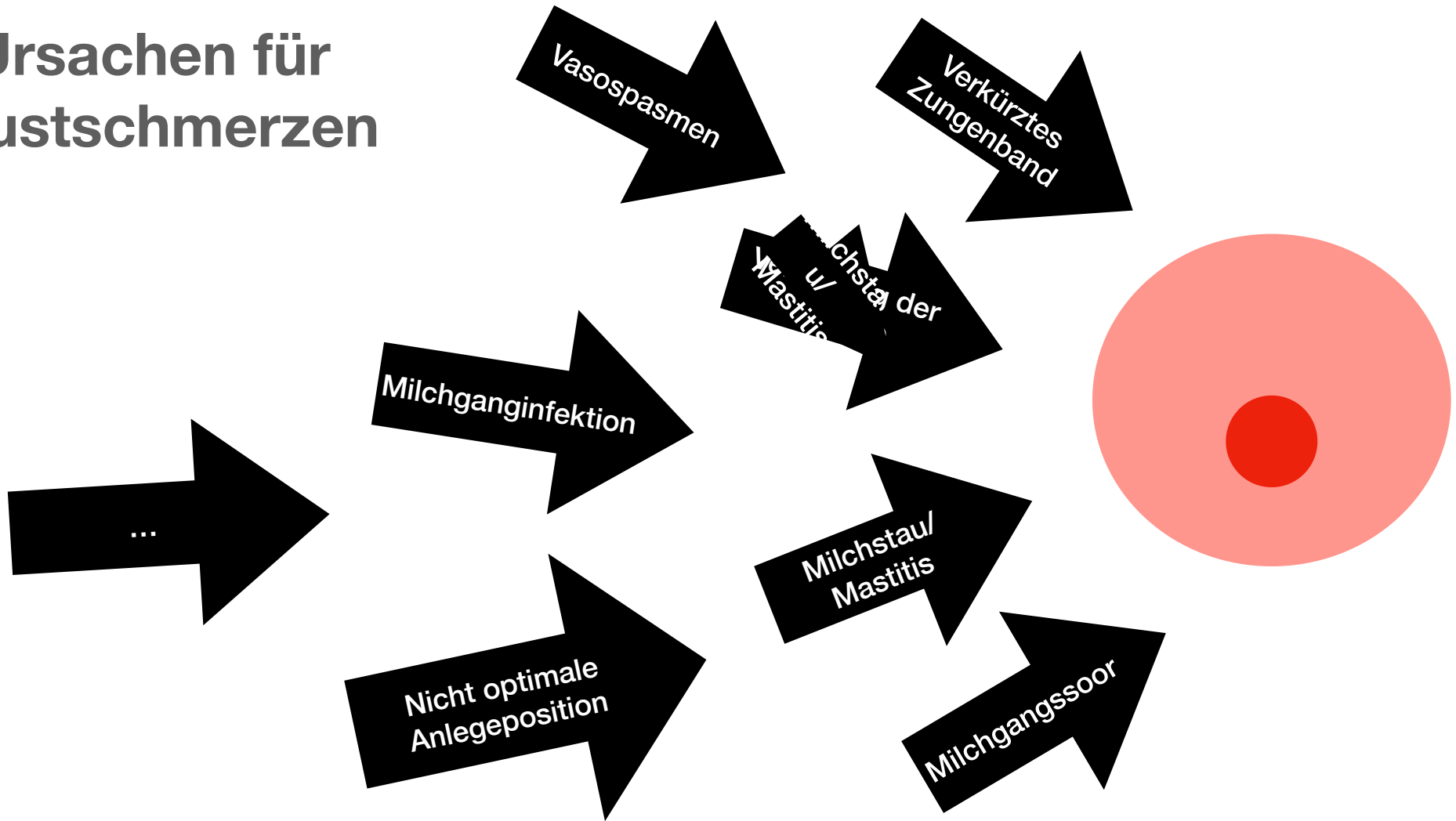
Das Mammary Constriction Syndrome (MCS)

Ein osteopathisch basierter Therapieansatz

Gabi Andres, IBCLC, Fachkinderkrankenschwester, Heilpraktikerin und Osteopathin

- **Brustschmerzen in der Stillzeit**
- **MCS**
- **Thoracic Outlet Syndrome - Anatomische Betrachtung**
- **Osteopathisches Behandlungskonzept**
- **Was können Sie tun?**
- **Ausblick**

Ursachen für Brustschmerzen



Email einer hilfeschuchenden Mutter, 2014

Guten Tag Frau Andres!

Sie sind meine letzte Rettung! Ich habe einen 4 Monate alten Sohn. Ich stille ihn voll von Anfang an. **Seit 10(!) Wochen habe ich furchtbare Schmerzen nach dem Stillen.** Das heißt, ich stille ihn, und wenn er fertig ist mit trinken, kann ich darauf warten, dass nach ein paar Minuten der Schmerz kommt. Es fühlt sich an, **als hätte ich Säure oder Feuer oder Scherben in der Brust.** Also nicht die Brustwarze schmerzt, sondern die **komplette Brust innen drinnen. Der Schmerz hält dann mehrere Stunden lang an.**

Ich war insgesamt bei 8 Gynäkologen, die Ultraschall, Blutentnahme, Abtasten, Milchuntersuchung durchführten. Alles ohne Auffälligkeiten. Meine Hebamme tippte auf Milchgangsoor, obwohl äußerlich und beim Baby nichts zu sehen ist. Es ist auch nur die rechte Brust betroffen. Die Linke so gut wie garnicht. Auf alle Fälle machte ich jeden Arzt bei dem ich war auf Soor aufmerksam. Jeder von ihnen fragte mich, wie ich darauf käme und dass man Soor immer sieht. Auf mein verzweifeltes betteln hin, verschrieb mir eine Ärztin Fluconazol 100mg, wovon ich am 1.Tag zwei Kapseln nahm und 27 Tage darauf jeweils eine Kapsel. Keiner sagte mir, dass ich mein Kind mit behandeln muss. Ich laß das ebenfalls im Internet. Also kaufte ich von mir aus Infectosoor und rieb es ab und zu in den Mund meines Sohnes (nach dem Stillen) und mir auf die Brustwarze. Außerdem verzichtete ich auf den Konsum von Zucker. Es half jedoch alles nichts! Die Schmerzen sind unverändert. Also riet mir ein weiterer Arzt, die Medikamente abzusetzen, da nach so länger Zeit der Medikamenten Einnahme das Fluconazol gewirkt hätte. Er veranlasste auch die Milchuntersuchung. Dabei kam raus, dass kein Pilz in der Milch ist. Nun soll ich abstillen, falls ich die Schmerzen nicht aushalte oder regelmäßig Ibuprofen einnehmen, was ich auch tue.

Ich habe von dem Rynaud Syndrom gelesen. Tatsächlich werden meine Brustwarzen nach dem stillen kurz weiß, ein paar Sekunden danach wieder normal, dann wieder weiß usw. Und eben dazu die

Schmerzen. Von diesem Syndrom oder Gefäßkrämpfen hat auch noch kein Arzt etwas gehört. Alle schütteln nur den Kopf. Ich weiß nun nicht weiter! Was kann ich tun? Wärme hilft nicht, ebensowenig Magnesium. Ich habe 5 Tage lang 800 mg eingenommen. Ich habe solche Angst und bin verzweifelt. Ich weiß nicht, ob ich einen Milchgangsoor oder Gefäßkrämpfe habe oder etwas komplett anderes oder sogar Brustkrebs? Ich bitte sie so sehr um Hilfe, auch wenn ich weiß, dass eine Ferndiagnose schwierig ist. Ich wohne in Thüringen.

Zur Trinkgewohnheit: mein Sohn trinkt tagsüber ca. alle 3-5 Stunden für ca.20-30 Minuten. Ich finde keinen richtigen Rhythmus. Ich stille, sobald er Hunger hat. Nachts jedoch trinkt er alle 2-5 Stunden (sehr unterschiedlich) für manchmal bis zu 2 Stunden. Also er nuckelt sehr an mir. Sobald ich ihn abdocke, weint er. Einen Nuckli nimmt er nicht. Ich probiere ständig ohne Erfolg. Er würgt ihn wieder aus dem Mund. Ich habe alle Formen probiert. Ist das Nuckeln an der Brust vielleicht der Fehler oder Auslöser für den Schmerz? Aber links habe ich ja keine Probleme...

Ich habe die Schmerzen seit Ende November. Vom 20. bis 30. Dezember nahm ich Antibiotika ein wegen Angina. Vielleicht spielt das eine Rolle wegen Soor? Auch wenn die Stillprobleme schon davor angefangen haben?

Bei einer Heilpraktikerin war ich auch, ohne Erfolg. Ich bin so ratlos. Warum kann mir kein Arzt helfen? Jeder schickt mich nur weg und sagt, mir fehlt nichts. Aber woher kommen dann die Schmerzen?!

Immer wieder mal tut sogar das Trinken, also das Stillen weh. Also die Brustwarze fühlt sich wund an. Sie ist geröteter als die Linke schmerzfreie Brust. Lege ich meinen Sohn nur falsch an? Tagsüber stille ich im Sitzen und nachts im Liegen.

Vielleicht haben Sie einen Tipp für mich? Das wäre so lieb. Ich bin total am Ende!

I

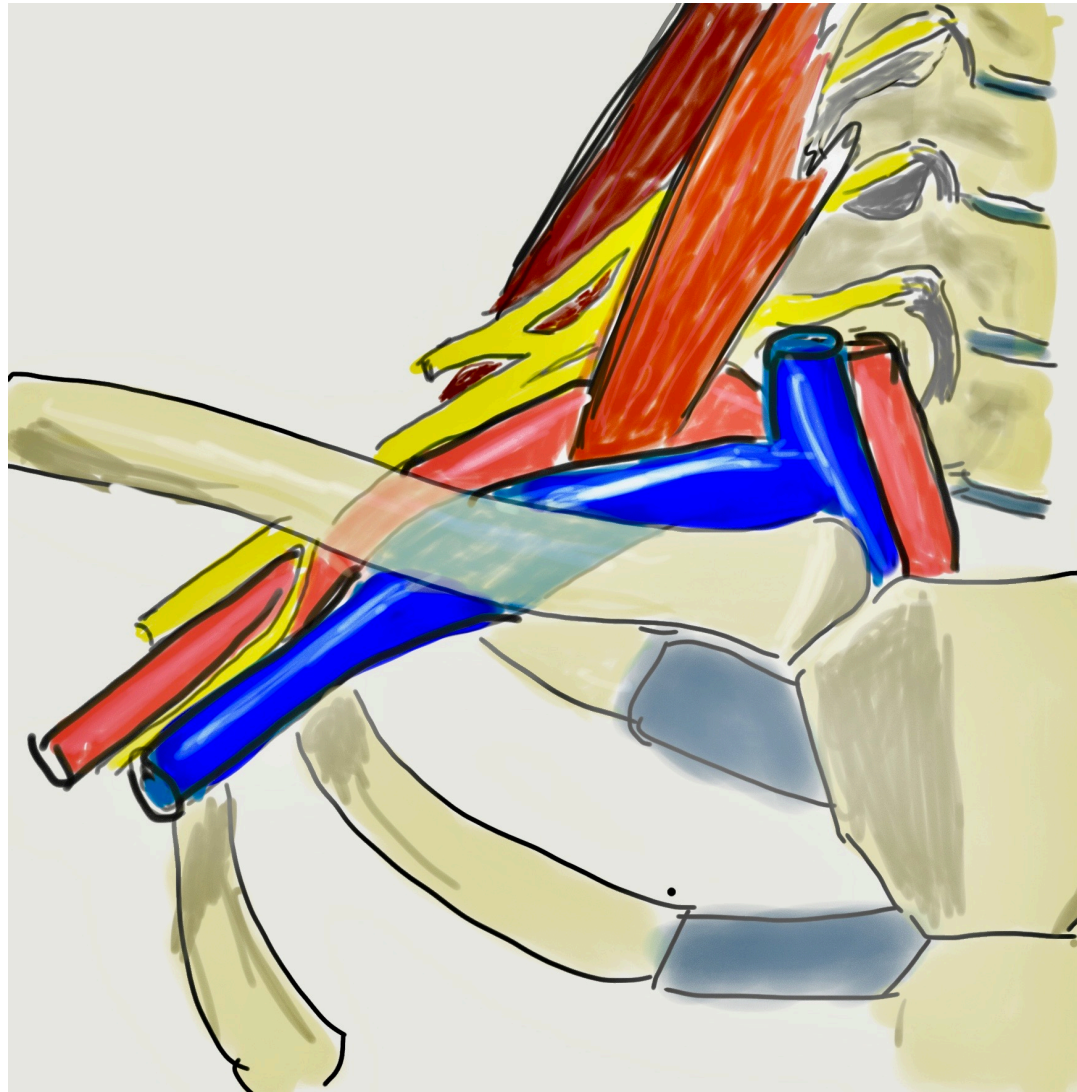
Veröffentlichung Kernerman / Park, Journal of Human Lactation, 2014, Vol. 30(3), 287:

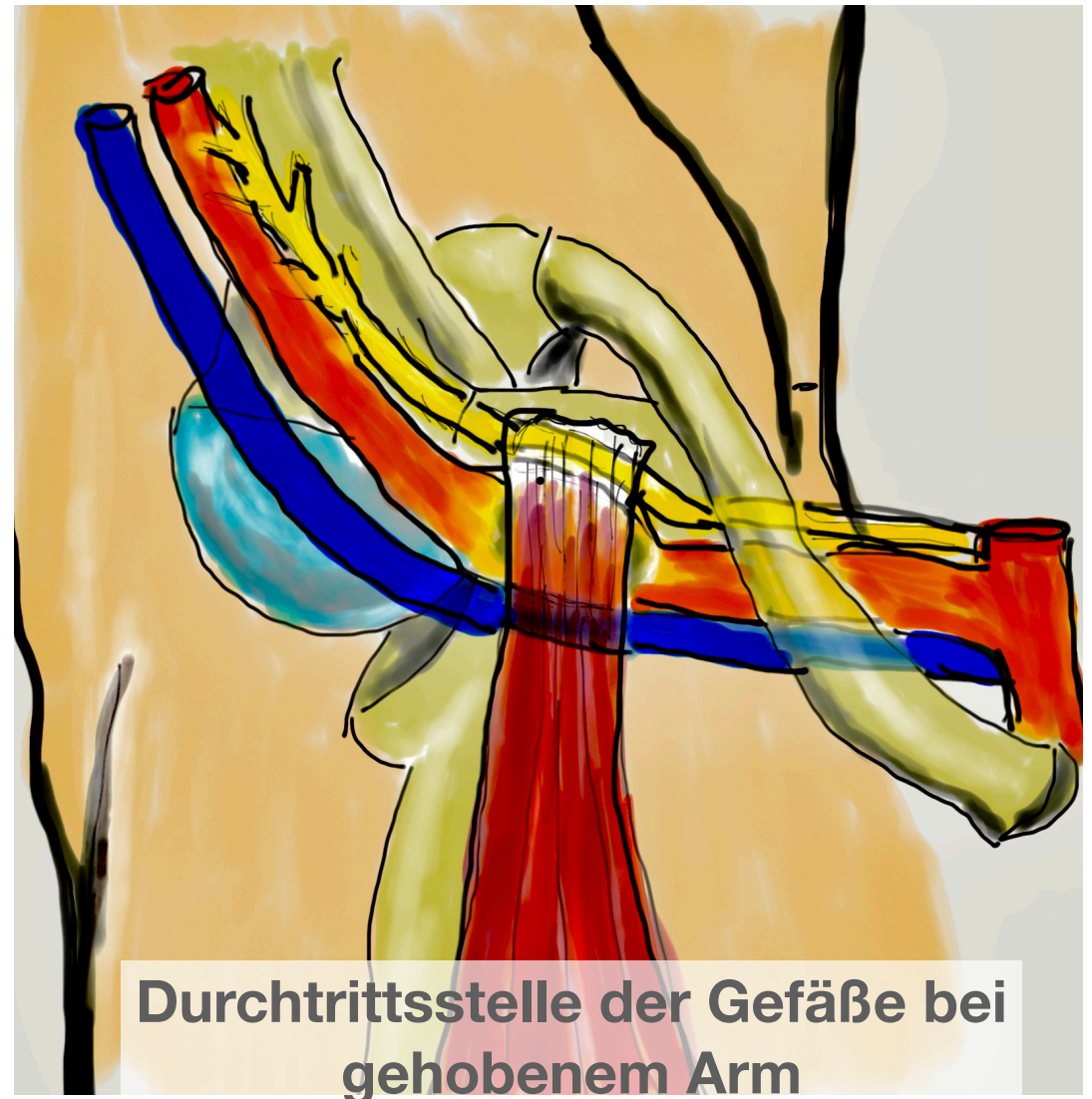
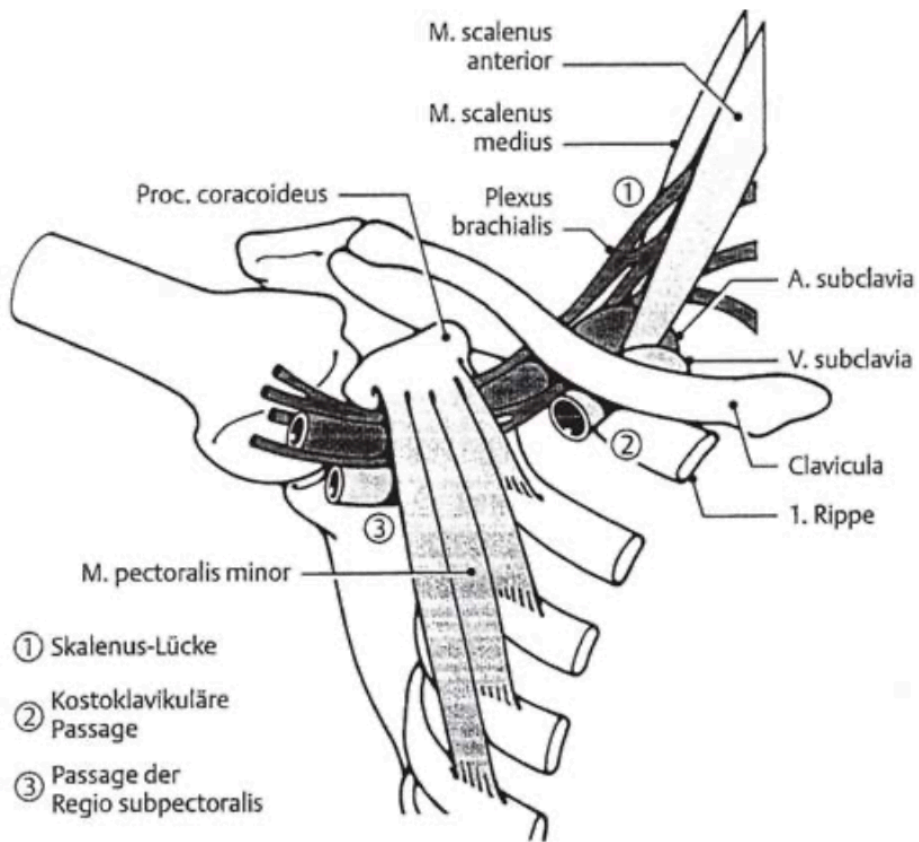
- **Brustschmerzen aufgelöst durch Massagen**
- **Ursachen in der Verspannung von Brustmuskulatur vermutet**

=> Mammary Constriction Syndrome

**MCS wurde beim zugrunde liegenden Mechanismus in
die Nähe zum
Thoracic Outlet Syndrome (TOS) eingeordnet.**







Zur Problematik des Thoracic Outlet-Syndroms

Mamoli B

Journal für Neurologie Neurochirurgie und Psychiatrie 2008; 9 (3), 14-18

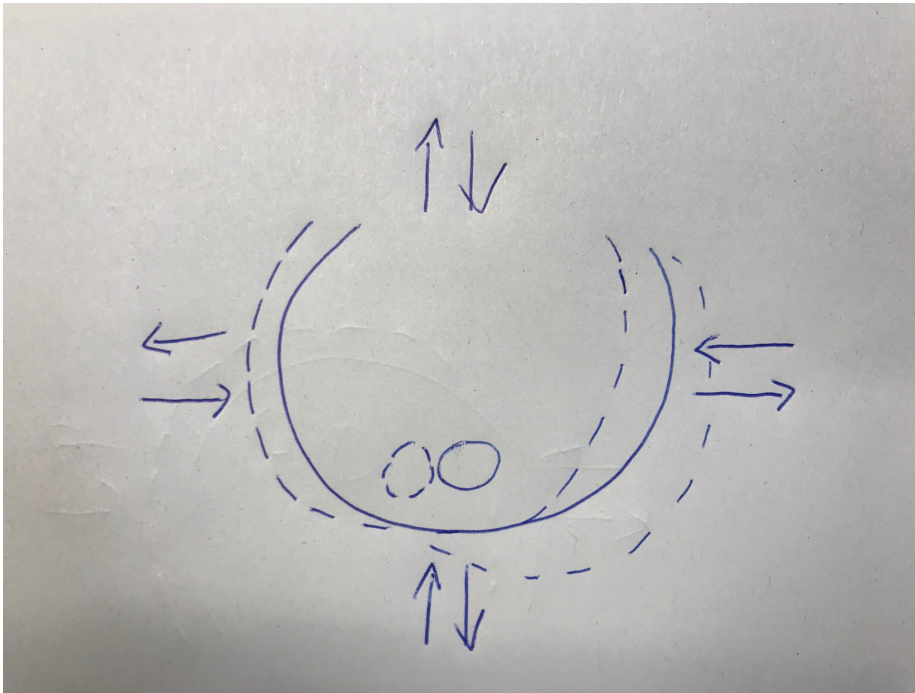
**Gibt es aus der Literatur zu TOS
Anhaltspunkte, wie eine osteopathische
Behandlung aussehen könnte?**

Relevanter Hintergrund bei TOS:

- Haltung
- Traumata
- Sportarten
- Überkopfarbeiten
- Schmerzbild
- Psyche

=> Zentral ist auch bei einer osteopathischen Behandlung eine akribische Differenzierung, gründliche Anamnese

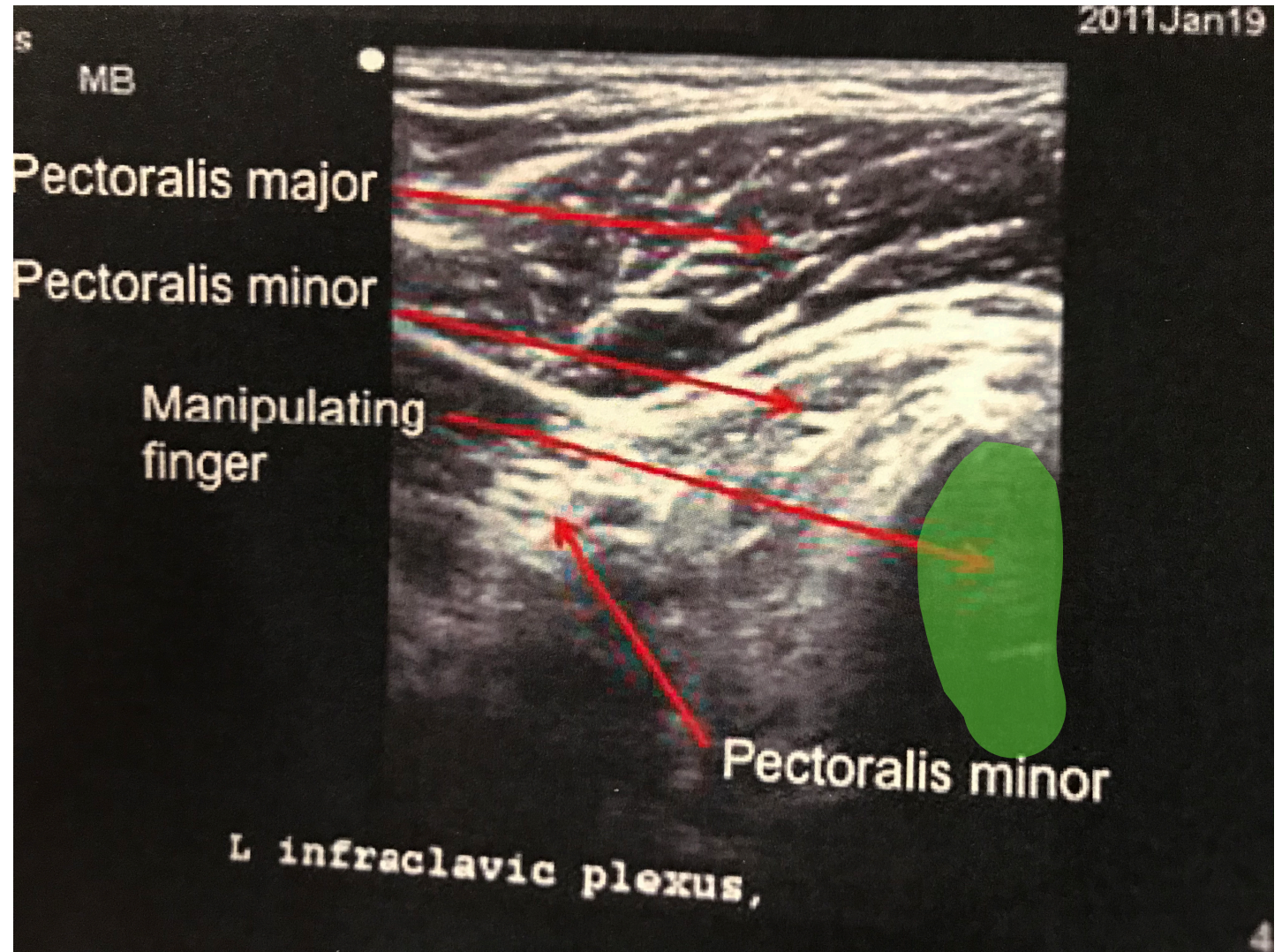
**Diagnostik:
Provokative Tests bei TOS
wenig aussagekräftig.**



Bei MCS kommt ein „Verschiebe-/Gleittest“ in Frage

**„Ultrasonic-Guided Osteopathic
Manipulative Treatment for a
Patient with TOS“**

B.M. Sucher, Journal of the
American Osteopathic Association,
Sept. 2011, Vol. 111, 543-547



Behandlungsplan:

1. Anamnese mit Schmerzangabe (1-10)
2. Inspektion
3. Verschiebe-/Gleittest
4. Allgemeine Mobilisation des oberen Schulterbereichs (General Osteopathic Treatment, GOT)
5. Myofasciale Freisetzung der betroffenen Muskulatur, sternförmig. Test und Behandlung setzen hier gleich an.
6. Osteopatische Lymphtechniken für den oberen Brustkorb
7. Erneuter Verschiebe-/Gleittest

Ergebnisse

- Ca. 25 Frauen auf MCS diagnostiziert und behandelt
- Bessere Durchblutung bei Behandlung Vasospasmus (Raynaud-Phänomen)
- Durchgängig Erleichterung, verändertes Gefühl nach der Behandlung
- Erstes Trinken an der Brust nach der Behandlung überwiegend schmerzfrei bzw. deutlich verbessert
- Wiederauftreten der Schmerzen häufiger beobachtet, erneute Behandlung erforderlich
- Selbstmassagen bleiben nach Behandlung sinnvoll

Was kann eine Stillberaterin tun?

Schmerzbild

Zeitpunkt
Häufigkeit

Art / Beschreibung der Empfindung



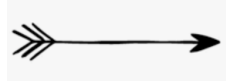
- Pochen



- Brennen



- Scharf



- Schießend



- „Feuerameisen“



- Brennend distelartig stechend rund um die Mamille

- Feuer, Säure, Scherben in der Brust



- Stechend nach innen in die Brustwarze ziehend



- Schnurartig rund um den Brustkorb

Erweiterte Anamnese / Krankheitsgeschichte

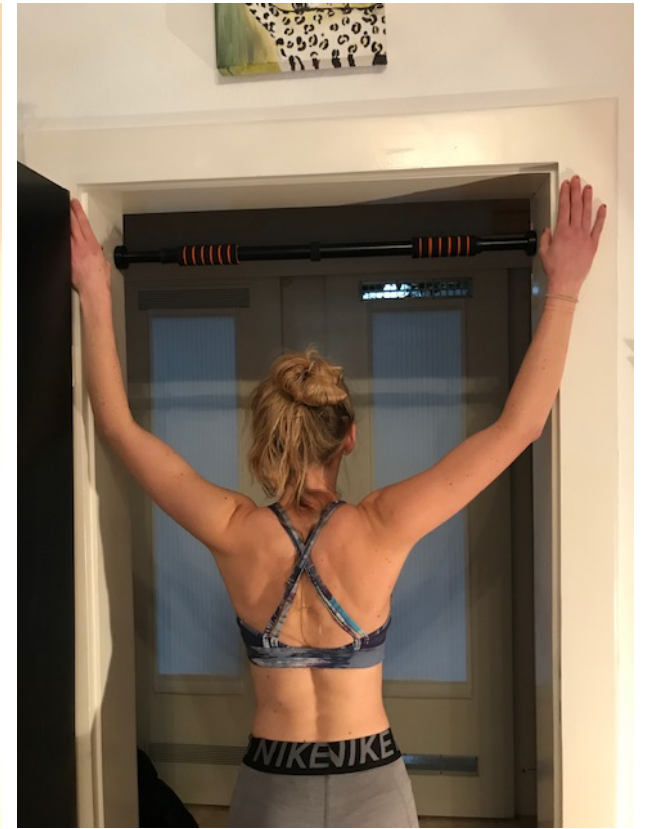
- Nacken- / Schulterschmerzen
- Kieferknirschen / Beißen
- Traumata / Unfälle
- Eingeengtes Atmungsgefühl
- Brustwirbelschmerz
- Gefühl der Instabilität im oberen Brustkorbbereich
- Ausstrahlende Schmerzen in den Arm

Beobachtungen

- Schlechterer Milchfluß
- Verändertes Trinkverhalten des Kindes
- Vasospasmus
- Leicht ödematöse Bereiche um die Brustwarze und sternal

Psyche





Dehnung der Pektoralis-Muskulatur



Dehnung der Serratus Anterior -Muskulatur

Danke für Ihre Aufmerksamkeit